

## Ugonjwa wa Virusi vya Korona 2019 (COVID-19) Mwongozo wa Kujitenga

**Kama wewe ulipimwa chanya kwa COVID-19, au una dalili za COVID-19, tafadhali fuata maelekezo haya kwa ajili ya kujitenga.**

**Kujitenga** humaanisha unalazimishwa kukaa nyumbani kwako na huezi kwenda nje katika maeneo ya umma - hata kwa duka la mboga au kuendesha kazi nyingine. Huenda pia usiwatembelee watu wengine nje ya nyumba yako, na huwezi kuwaalika wengine ndani ya nyumba yako kukutembelea.

**\* Kama una dharura ya matibabu, ita 911. Waeleze dalili zako na kwamba wewe unatengwa juu ya COVID-19.**



### Unalazimishwa kukaa nyumbani mpaka:

- Angalau siku 7 zilipita tangu dalili zako zilioneckana kwanza  
**NA**
- Angalau saa 72 (siku 3) zilipita kwanzia uponyaji (azimio la homa bila kutumia dawa za kupunguza homa na kuboresha dalili za kupumua)

Hakiki rasilimali hizi za ziada ili kusaidia kuweka nyumba yako safi na kulinda wengine wanaoishi nyumbani mwako:

- [Nini cha kufanya kama wewe ni mgonjwa](#)
- [Kujitegemea ukikuwa nyumbani](#)
- [Kuzuia uenefu wa COVID-19 katika nyumba](#)
- [Mwongozo wa kusafisha na kuondoa maambukizi](#)